



Еште пейте но не будьте расточительны (Чистилище 31)
Бану Атабай Модест вкус Кулинарные рецептыз

Кабакичи

Kabakıçı



3 шт. кабачка
150 гр. бараного фарша
0,5 стакана булгура (крупномолотая пшеница)
1 маленькая луковица
2 помидора
1 ч.л. перечной пасты
1 ч.л. томатной пасты
10-12 веточек петрушки
10-12 веточек укропа
1 ч.л. мяты
1 ч.л. соли
0,5 ч.л. черного молотого перца
1 кофейная чашечка оливкового масла
1 стакан воды

- # Кабакичи очистить, мелко порезать или потереть на крупную тёрку.
- # В кастрюле нагреть оливковое масло, добавить кабачки, готовить пока станут мягкими.
- # В чашке смешать фарш, мелко рубленый лук, петрушку, укроп, пасту, промытый булгур, мяту, соль и черный перец.
- # Выложить смесь на кабачки, закрыть крышкой и готовить 15 минут.
- # Затем добавить очищенные от кожуры мелко резанные помидоры и через 5 минут добавить горячую воду, готовить еще 10 минут, снять с огня.
- # Подавать горячим.

Блюдо можно приготовить из оставшейся серединки кабачков для фарширования.